

**PENGARUH HIPNOTERAPI TERHADAP PERUBAHAN DEPRESI,
KECEMASAN DAN STRES PADA ORANG DENGAN HIV / AIDS
DI KELOMPOK DUKUNGAN SEBAYA
FRIENDSHIP PLUS KEDIRI**

TESIS

**Disusun untuk memenuhi sebagian persyaratan mencapai derajat Magister
Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat
Minat Epidemiologi dan Biostatistika**



Oleh :

AHMAD WASIS SETYADI

S021502001

**PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS SEBELAS MARET
SURAKARTA**

2016

**PENGARUH HIPNOTERAPI TERHADAP PERUBAHAN DEPRESI,
KECEMASAN DAN STRES PADA ORANG DENGAN HIV / AIDS
DI KELOMPOK DUKUNGAN SEBAYA
FRIENDSHIP PLUS KEDIRI**

TESIS

**Disusun untuk memenuhi sebagian persyaratan mencapai derajat Magister
Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat
Minat Epidemiologi dan Biostatistika**



Oleh :

AHMAD WASIS SETYADI

S021502001



**PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS SEBELAS MARET
SURAKARTA
2016**

**PENGARUH HIPNOTERAPI TERHADAP PERUBAHAN DEPRESI,
KECEMASAN DAN STRES PADA ORANG DENGAN HIV / AIDS
DI KELOMPOK DUKUNGAN SEBAYA
FRIENDSHIP PLUS KEDIRI**

TESIS

**AHMAD WASIS SETYADI
S021502001**

Telah disetujui pada tanggal:
2 Januari 2017

Komisi Pembimbing	Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I	Prof. Bhisma Murti, dr., MPH., M.Sc., Ph.D NIP : 195510211994121001		<i>2</i> / <i>1</i> - <i>17</i>
Pembimbing II	Dr. Argyo Demartoto, M.Si. NIP : 197512212005012001		<i>4</i> / <i>1</i> - <i>17</i>

Mengetahui
Kepala Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat
Pascasarjana Universitas Sebelas Maret
Tanggal:



Prof. Bhisma Murti, dr., M.Ph., M.Sc., Ph.D.
NIP : 195510211994121001

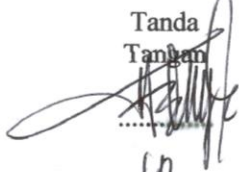



**PENGARUH HIPNOTERAPI TERHADAP PERUBAHAN DEPRESI,
KECEMASAN DAN STRES PADA ORANG DENGAN HIV / AIDS
DI KELOMPOK DUKUNGAN SEBAYA
FRIENDSHIP PLUS KEDIRI**

TESIS

**AHMAD WASIS SETYADI
S021502001**

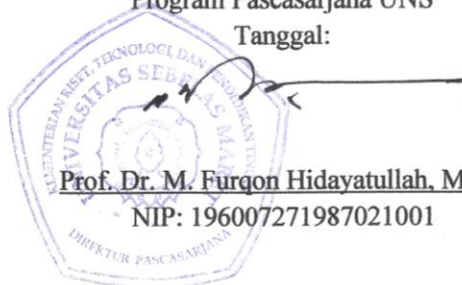
**Telah disahkan pada tanggal:
1 Februari 2017**

TIM PENGUJI

Jabatan	Nama	Tanda Tangan	tanggal
Ketua Penguji	Dr. Rita Benya Adriani, S.Kp., M.Kes. NIP: 19590281982022002		2/1-17
Sekretaris Penguji	Dr. Isna Qadrijati, dr., M.Kes NIP: 196701301996032001		2/1-17
Anggota Penguji	Prof. Bhisma Murti, dr., MPH., M.Sc., Ph.D. NIP: 195510211994121001		2/1-17
Anggota Penguji	Dr. Argyo Demartoto, M.Si NIP: 197512212005012001		2/1-17

Mengetahui,

Direktur
Program Pascasarjana UNS
Tanggal:



Prof. Dr. M. Furqon Hidayatullah, M.Pd.
NIP: 196007271987021001

Kepala Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat
Pascasarjana Universitas Sebelas Maret
Tanggal:



Prof. Bhisma Murti, dr., M.Ph., M.Sc., Ph.D.
NIP: 195510211994121001

LEMBAR ORISINALITAS DAN HAK PUBLIKASI

Penulis menyatakan dengan sebenarnya bahwa Tesis yang berjudul “Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Perubahan Depresi, Kecemasan dan Stres Pada Orang dengan HIV / AIDS (ODHA) Di Kelompok Dukungan Sebaya (KDS) Friendship Plus Kediri” ini adalah :

1. Karya penelitian penulis sendiri, dan bebas plagiat serta tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar akademik serta tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis ataupun diterbitkan oleh orang lain kecuali secara tertulis digunakan sebagai acuan dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber acuan serta daftar pustaka. Apabila di kemudian hari terbukti terdapat plagiasi dalam karya ilmiah ini, maka penulis bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan peraturan perundang-undangan (Permendiknas No.17, tahun 2010).
2. Publikasi sebagian atau keseluruhan isi tesis pada jurnal atau forum ilmiah lain harus seijin dan menyertakan tim pembimbing sebagai *author* dan PPs UNS sebagai institusinya. Apabila dalam waktu sekurang-kurangnya satu semester (enam bulan sejak pengesahan tesis) penulis tidak melakukan publikasi dari sebagian atau keseluruhan tesis ini, maka program studi Ilmu Kesehatan Masyarakat minat Epidemiologi dan Biostatistika berhak mempublikasikan pada jurnal ilmiah yang diterbitkan oleh prodi Ilmu Kesehatan Masyarakat UNS. Apabila penulis melakukan pelanggaran dari ketentuan publikasi ini, maka penulis bersedia mendapatkan sanksi akademik yang berlaku.

Surakarta,

2016



Mahasiswa

Ahmad Wasis Setyadi

NIM. S021502001

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakaatuh

Segala puji dan syukur peneliti panjatkan kehadiran Allah SWT, karena atas Karunia dan Ridho Nya peneliti dapat menyelesaikan tesis dengan judul “Pengaruh Hipnoterapi terhadap Perubahan Depresi, Kecemasan dan Stres pada Orang Dengan HIV / AIDS (ODHA) di Kelompok Dukungan Sebaya (KDS) Friendship Plus Kediri”. Dalam penyusunan hingga terwujudnya tesis ini tidak terlepas dari bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya, terutama kepada yang terhormat:

1. Prof. Dr. Ravik Karsidi, M.S, selaku Rektor Universitas Sebelas Maret Surakarta.
2. Prof. Dr. M. Furqon Hidayatullah, M.Pd, selaku Direktur Program Pascasarjana UNS.
3. Prof. Bhisma Murti, dr, M.Ph, M.Sc, Ph.D, Ketua Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Program Magister (S-2) Universitas Sebelas Maret dan selaku Pembimbing Utama yang dengan penuh kesabarannya membimbing peneliti, memberikan masukan-masukan, serta arahan-arahan hingga terselesainya tesis ini.
4. Dr.Argyo Demartoto, M.Si, Pembimbing kedua dalam penyusunan tesis ini yang telah banyak memberikan masukan dan arahan dalam proses pembimbingan kepada peneliti hingga tesis ini terwujud.
5. Dr. Rita Benya Adriani, S.Kp., M.Kes, Sebagai ketua penguji yang telah banyak memberikan masukan dan arahan kepada peneliti.
6. Dr. Isna Qadrijati, dr., M.Kes, sebagai sekertaris penguji yang telah banyak memberikan masukan dan arahan kepada peneliti.
7. Kedua orang tua serta seluruh keluarga yang tak pernah berhenti memberikan motivasi dan do'a dalam penulisan tesis ini.
8. Teman-teman S2 Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Program Magister (S-2) Universitas Sebelas Maret Angkatan III dan semua pihak yang telah memberikan bantuan yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Peneliti menyadari sepenuhnya bahwa dalam penyusunan tesis ini masih jauh dari sempurna, untuk itu pada kesempatan ini peneliti mohon kritik dan saran yang bersifat membangun demi perbaikan penyusunan dimasa-masa mendatang. Mohon ma'af dengan segala kekurangan dan harapan peneliti semoga bermanfaat bagi semua pihak.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakaatuh

Solo, 01 Pebruari 2016

Peneliti

ABSTRAK

PENGARUH HIPNOTERAPI TERHADAP PERUBAHAN DEPRESI, KECEMASAN, DAN STRES PADA ORANG DENGAN HIV / AIDS DI KELOMPOK DUKUNGAN SEBAYA FRIENDSHIP PLUS KEDIRI

Oleh :

**AHMAD WASIS SETYADI
S021502001**

Human Immunodeficiency Virus / Acquired Immunodeficiency Syndrome (HIV / AIDS) menjadi masalah utama kesehatan masyarakat global. Ketika seseorang terdiagnosis *HIV* akan mengalami masalah psikologis yang dapat membuat orang tersebut semakin depresi, cemas dan stres. Semakin terganggu psikologis seseorang maka daya tahan tubuhnya akan semakin melemah dan virus yang ada didalam tubuh akan semakin menyerang. Tujuan penelitian untuk menganalisis pengaruh hipnoterapi terhadap perubahan depresi, kecemasan dan stres pada Orang Dengan HIV/AIDS (ODHA) di kelompok dukungan sebaya friendship plus Kediri.

Desain yang digunakan adalah *Randomized Controlled Trial* (RCT) dengan sampel orang-orang dengan *HIV / AIDS* yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi sehingga diperoleh sampel sebanyak 60 subjek penelitian (30 subjek penelitian perlakuan dan 30 subjek penelitian kontrol), hipnoterapi dilakukan selama 4 kali dalam satu bulan dengan mengukur tingkat depresi, kecemasan dan stres sebelum dan sesudah terapi dengan kelompok perlakuan serta kelompok kontrol. Alat ukur menggunakan *Depression Anxiety Stress Scale* (DASS) 42 oleh Lovinbond yang diterjemahkan dalam bahasa Indonesia. Uji menggunakan perbedaan mean antara kelompok hipnoterapi dan tidak hipnoterapi dengan uji t independen.

Ada pengaruh hipnoterapi terhadap tingkat depresi pada orang dengan HIV/AIDS (ODHA) pada saat pre test dan post test di kelompok Dukungan Sebaya (KDS) Friendship Plus Kediri ($p < 0.001$). Ada pengaruh hipnoterapi terhadap tingkat kecemasan pada orang dengan HIV/AIDS (ODHA) pada saat pre test dan post test di kelompok Dukungan Sebaya (KDS) Friendship Plus Kediri ($p < 0.001$). Ada pengaruh hipnoterapi terhadap tingkat stres pada orang dengan HIV/AIDS (ODHA) pada saat pre test dan post test di kelompok Dukungan Sebaya (KDS) Friendship Plus Kediri ($p < 0.001$). Ada pengaruh hipnoterapi terhadap tingkat depresi, kecemasan dan stres pada orang dengan HIV/AIDS (ODHA) pada saat pre test dan post test di kelompok Dukungan Sebaya (KDS) Friendship Plus Kediri ($p < 0.001$).

Hipnoterapi mampu merubah pola pikir subjek penelitian terhadap depresi, kecemasan dan stres yang dialami karena pengaruh sugesti yang ditanamkan peneliti kepada subjek penelitian, sehingga subjek penelitian semakin tenang dan imunitas dalam tubuh semakin baik.

Kata Kunci: Tingkat depresi, kecemasan dan Stres, Hipnoterapi, HIV / AIDS

ABSTRACT

The Effect of Hypnotherapy on Depression, Anxiety, and Stress, in People Living with HIV/AIDS, in “Friendship Plus” Peer Supporting Group, in Kediri, East Java

By:
AHMAD WASIS SETYADI
S021502001

Background: Human Immunodeficiency Virus/ Acquired Immunodeficiency Syndrome (HIV / AIDS) is a global public health problem. Identification of HIV infection can cause psychological distress to the affected, such as depression, anxiety, and stress. The deeper distress people living with HIV/AIDS (PLHIV), the weaker immunity, the stronger virus attack. This study aimed to test the effectiveness of hypnotherapy on the reducing depression, anxiety, and stress, in PLHIV at Friendship Plus peer supporting group in Kediri.

Subjects and Method: This was a Randomized Controlled Trial (RCT) conducted in Kediri, East Java. A total sample of 60 PLHIV were randomized into hypnotherapy group (n1=30) and control group (n2=30). Hypnotherapy was provided 4 times per months. The levels of depression, anxiety, and stress, were measured before and after the intervention, using *Depression Anxiety Stress Scale* (DASS) 42, which was translated in Indonesian. The mean differences in the 3 outcome variables between the hypnotherapy and the control groups were tested by t test.

Results: After the intervention, the level of the depression in the hypnotherapy group (mean= 5.07; SD= 5.45) was lower than that in the control group (mean= 17.73; SD= 6.50), and it was statistically significant ($p<0.001$). The level of the anxiety in the hypnotherapy group (mean= 7.70; SD= 5.29) was lower than that in the control group (mean= 20.77; SD= 5.98), and it was statistically significant ($p<0.001$). The level of the stress in the hypnotherapy group (mean= 7.77; SD= 6.37) was lower than that in the control group (mean= 20.30; SD= 5.34), and it was statistically significant ($p<0.001$). The level of DASS combined in the hypnotherapy group (mean= 20.53; SD= 15.30) was lower than that in the control group (mean= 58.80; SD= 15.63), and it was statistically significant ($p<0.001$).

Conclusion: Hypnotherapy is effective in reducing depression, anxiety, stress, and DASS combined in PLHIV.

Keywords: depression, anxiety, stress, Hypnotherapy, PLHIV.

DAFTAR ISI

Sampul Luar	i
Sampul Dalam.....	ii
Persetujuan Tesis.....	iii
Pengesahan Tesis	iv
Lembar Orisinalitas dan Hak Publikasi.....	v
Kata Pengantar	vi
Abstrak.....	vii
Abstract	viii
Daftar Isi	ix
Daftar Gambar.....	xv
Daftar Tabel.....	xvi
Daftar Lampiran.....	xvii
Daftar Singkatan.....	xviii
Daftar Istilah	xx
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
1. Tujuan Umum.....	4
2. Tujuan Khusus	5
D. Manfaat Penelitian	6
1. Manfaat Teoritis.....	6

2. Manfaat Praktik.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Konsep Epidemiologi.....	8
1. Pengertian dan karakteristik Host, Agent, dan Environment.....	8
B. Konsep Hipnoterapi.....	14
1. Pengertian Hipnosis.....	14
2. Manfaat Hipnoterapi	16
3. Prinsip Hipnoterapi	18
4. Tahapan Dalam Hipnosis	18
5. Komplikasi Hipnoterapi	22
6. Efek Hipnoterapi terhadap Depresi, Kecemasan, dan Stres	22
7. Metode Hipnoterapi.....	23
C. Konsep Depresi	26
1. Pengertian Depresi	26
2. Penyebab Depresi.....	26
3. Gambaran Klinis	28
D. Konsep Kecemasan	29
1. Pengertian Kecemasan	29
2. Penyebab Kecemasan	30
3. Tanda dan Gejala Kecemasan.....	32
4. Tingkat Kecemasan	32
E. Konsep Stres.....	33
1. Pengertian Stres.....	33

2. Gejala Stres	34
3. Respon terhadap Stresor	36
4. Faktor yang Mempengaruhi Stres.....	38
5. Tingkatan Stres.....	39
6. Pengukuran Depresi, Kecemasan, dan Stres	41
F. Konsep HIV / AIDS.....	42
1. Pengertian HIV / AIDS	42
2. Penyebab	42
3. Faktor Risiko dan Cara Penularan	43
4. Patofisiologi	45
5. Tanda dan Gejala.....	46
6. Psikososial Pada ODHA.....	50
7. Penatalaksanaan	52
G. Konsep Kelompok Dukungan Sebaya (KDS).....	56
1. Pengertian	56
2. Keuntungan Dukungan Sebaya.....	57
H. Penelitian Terdahulu	57
I. Kerangka Berpikir	65
J. Hipotesis	65
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	67
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	67
1. Tempat Penelitian.....	67

2. Waktu Penelitian	68
C. Populasi, Sampel, dan Sampling	68
1. Populasi.....	68
2. Sampel	68
3. Teknik Sampling	69
4. Besar Sampel.....	69
D. Langkah Penelitian.....	70
E. Indikasi Variabel Penelitian.....	70
F. Definisi Operasional Variabel.....	71
G. Teknik Pengumpulan Data dan Analisis Data	76
1. Instrumen Penelitian.....	76
2. Uji Coba Instrumen	77
3. Prosedur Penelitian.....	80
4. Analisa Data.....	80
5. Pengolahan Data.....	80
H. Etika Penelitian	82
1. Lembar Persetujuan Penelitian (<i>Informed Consent</i>).....	82
2. Tanpa Nama (<i>Anonymity</i>)	83
3. Kerahasiaan (<i>Confidentiality</i>).....	83
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Gambaran Umum Wilayah Penelitian	84
1. Kota Kediri	84
2. Kelompok Dukungan Sebaya (KDS) <i>Friendship Plus</i>	

Komunitas Sebaya Kediri Jawa Timur	89
B. Hasil Penelitian	91
1. Karakteristik Subjek Penelitian	91
2. Hasil Analisis	93
BAB V PEMBAHASAN	
A. Pembahasan	98
1. Pengaruh Hipnoterapi terhadap Tingkat Depresi pada Orang dengan HIV/AIDS (ODHA)	98
2. Pengaruh Hipnoterapi terhadap Tingkat Kecemasan pada Orang dengan HIV/AIDS (ODHA)	99
3. Pengaruh Hipnoterapi terhadap Tingkat Stres pada Orang dengan HIV/AIDS (ODHA)	101
4. Pengaruh Hipnoterapi terhadap perubahan Tingkat depresi, kecemasan dan Stres pada Orang dengan HIV/AIDS (ODHA)....	103
B. Keterbatasan Penelitian	105
BAB VI KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	
A. Kesimpulan	106
B. Implikasi	106
1. Implikasi Teoritis	106
2. Implikasi Metodologi	106
3. Implikasi Praktis	107
C. Saran	107
DAFTAR PUSTAKA	108

LAMPIRAN	112
----------------	-----

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Alat <i>hypnodic</i>	20
Gambar 2.2 Hubungan antara proses hipnotis dengan gelombang otak.	21
Gambar 2.3 Kerangka berpikir	65
Gambar 3.1 Jalur intervensi <i>Randomized Controlled Trials</i>	67
Gambar 3.2 Langkah penelitian	70

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Contoh beberapa penyakit beserta <i>agent</i> spesifiknya.....	10
Tabel 2.2	Respon fisiologis terhadap ansietas (Stuart dan Sunden, 2007)	31
Tabel 3.1	Kisi – kisi kuesioner DASS	76
Tabel 4.1	Rincian Gambaran Umum Kota Kediri	85
Tabel 4.2	Karakteristik subjek penelitian berdasarkan jenis kelamin, usia responden, pendidikan, pendapatan dan pekerjaan	92
Tabel 4.3	Deskripsi Variabel Hipnoterapi	93
Tabel 4.4	Deskripsi Variabel Depresi	93
Tabel 4.5	Deskripsi Variabel Kecemasan	94
Tabel 4.6	Deskripsi Variabel Stres	94
Tabel 4.7	Hasil Uji T Test Independent Perbedaan Mean Depresi, Kecemasan, dan Stres Sebelum Hipnoterapi Antara Kelompok hipnoterapi dan tidak hipnoterapi.....	95
Tabel 4.8	Hasil Uji <i>T Test</i> Independent Perbedaan Mean Depresi, Kecemasan, dan Stres Setelah Hipnoterapi Antara Kelompok hipnoterapi dan tidak hipnoterapi	96

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Permohonan Menjadi Responden.....	112
Lampiran 2	Persetujuan Keikutsertaan Dalam Penelitian (<i>Informed Consent</i>).....	113
Lampiran 3	Persetujuan Keikutsertaan Dalam Penelitian	114
Lampiran 4	Jadwal Penyusunan Tesis	116
Lampiran 5	Naskah Hipnoterapi Untuk Penurunan Depresi, Kecemasan Dan Stres.....	117
Lampiran 6	Kuesioner Penelitian	126
Lampiran 7	Kisi – Kisi Kuesioner DASS	127
Lampiran 8	Tes DASS	128
Lampiran 9	Hasil SPSS	130
Lampiran 10	Kartu Konsultasi Penyusunan Tesis Mahasiswa Program Pasca Sarjana Universitas sebelas Maret	160
Lampiran 11	Dokumentasi Penelitian	161
Lampiran 12	Surat Studi Pendahuluan	165
Lampiran 13	Surat Ijin Penelitian	166
Lampiran 14	Etika Penelitian.....	168

DAFTAR SINGKATAN

ABU	: Anti Bisa Ular
ACTH	: <i>Adrenocorticotrophic Hormone</i>
APC	: <i>Antigen Presenting Cell</i>
ARC	: <i>AIDS Related Complex</i>
ARF	: <i>Antiretrovirus</i>
ATS	: Anti Tetanus Serum
CDC	: <i>Centera for Disease Control and Prevention</i>
CRF	: <i>Corticotropic Releasing Factor</i>
DASS	: <i>Depression Anxiety Stress Scale</i>
DKS	: Depresi Kecemasan Stres
Depkes	: Departemen Kesehatan
Ditjen PPM dan PL: Direktorat Jenderal Pengendalian Penyakit dan Penyehatan Lingkungan.	
DKI	: Daerah Khusus Ibukota
DNA	: <i>Deoxyribose Nucleic Acid</i>
DSM-IV	: <i>Diagnostic Manual Statistic IV</i>
ELISA	: <i>Enzyme-Linked Immunosorbent Assay</i>
GABA	: <i>Gamma Aminobutyric Acid</i>
GAS	: <i>General Adaption Syndrome</i>
HAART	: <i>Highly Active Antiretroviral Therapy</i>
HIV / AIDS	: <i>Human Immunodeficiency Virus / Acquired Immunodeficiency Syndrome</i>
HPA	: <i>Hipotalamus Pituitari Adrenal</i>
IDU	: <i>Injection Drug User</i>

IO	: Infeksi Oportunistik
KDS	: Kelompok Dukungan sebaya
n	: Jumlah sampel
NNRTI	: <i>Non-Nucleoside Reverse Transcriptase Inhibitor</i>
NRTI	: <i>Nucleoside Analogue Reverse Transcriptase Inhibitor</i>
NRTI	: <i>Nucleoside Analogue Reverse Transcriptase Inhibitor</i>
ODHA	: Orang Dengan HIV / AIDS
PI	: <i>Protease Inhibitor</i>
RCT	: <i>Randomized Controlled Trial</i>
RI	: Republik Indonesia
RNA	: <i>Ribonucleic Acid; Ribose Nucleic Acid</i>
Sel NK	: <i>Natural Killer</i>
Sel T	: <i>T-cells / sel Thymus</i>
TB- MDR	: <i>Tuberculosis Multi Drug Resistant</i>
TTM	: <i>Trichotillomania</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>

DAFTAR ISTILAH

- CD4, CD8 : *Cluster of Differentiation*, untuk angka 4 dan 8 mempunyai arti jenisnya.
- Sel B : Limfosit yang memainkan peran penting pada *imunitas humoral*, fungsinya membuat antibodi melawan antigen.
- Hypnodic* : Alat bantu berupa benda untuk proses hipnosis.
- Pejamu (*Host*) : Semua faktor yang terdapat pada manusia yang dapat memengaruhi timbulnya suatu perjalanan penyakit.
- Agen : Suatu substansi tertentu yang keberadaannya atau ketidak beradaannya diikuti kontak efektif pada manusia.
- Lingkungan : Segala sesuatu yang berada di sekitar manusia yang memengaruhi kehidupan dan perkembangan manusia.
- Lingkungan fisik : Lingkungan di sekitar manusia yang meliputi kondisi udara, musim, cuaca, kondisi geografi, dan geologinya yang dapat memengaruhi kerentanan *host*.
- Lingkungan Biologi: Lingkungan yang berada di sekitar manusia namun jenisnya berasal dari golongan biotis (hewan, tumbuhan, dan mikroorganisme).
- Lingkungan non-fisik : Lingkungan sebagai akibat dari interaksi manusia yang meliputi sosial-budaya, norma, dan adat-istiadat.
- Hipnosis : Keadaan alami dari relaksasi total tubuh dengan keadaan kesadaran pikiran meningkat lebih tinggi daripada biasanya.
- Hipnoterapi : terapi menggunakan hipnosis untuk memfasilitasi perubahan.
- Post hipnosis suggestion* : Sugesti yang menjadi nilai baru bagi seorang subjek walaupun telah disadarkan dari tidur hipnosis, tidak akan bertahan lama bilamana tidak sesuai atau bertentangan dengan nilai dari subjek.
- Terminasi : Tahapan untuk mengakhiri proses hipnosis dengan konsep dasar memberikan sugesti atau perintah agar seorang subjek tidak mengalami kejutan psikologis ketika terbangun dari hipnosis.
- Suggestion therapy* : Memberikan sugesti yang akan menjadi nilai baru dengan kaidah nilai – nilai yang sesuai dengan nilai dasar klien.

- Age regression* : Mencari atau menarik klien pada masa lalu, untuk mencari akar permasalahan atau permulaan yang mencetuskan permasalahan klien. Syarat medium trance-deep trance (*somnambulism*).
- Part therapy* : Menemukan faktor kritis dan membagi manusia menjadi dua bagian yang berbeda, dimana ada faktor yang bertentangan di dalam diri klien.
- Chair therapy* : Membimbing klien seolah – olah ia berkomunikasi dengan orang lain yang duduk di kursi yang berbeda, dan suruh klien bercerita berkeluh kesah dan orang lain itu yang menasehati, bisa digabung dengan *part therapy*.
- Reframing* : Klien diberikan sudut pandang yang berbeda terhadap suatu permasalahan yang dibawa klien, dan dituntun untuk menemukan solusi – solusi alternatif untuk membawa klien kesudut pandang lain. Butuh *medium-deep trance*.
- Dissociation* : Kasus traumatik dan phobia, yang terjadi diulang – ulang seolah – olah film di putar balik di kecilkan di buat *slow motion* sehingga bukan lagi menjadi hal yang menakutkan.
- Role Model* : Kasus traumatik dan phobia, yang terjadi diulang – ulang seolah – olah film di putar balik di kecilkan di buat *slow motion* sehingga bukan lagi menjadi hal yang menakutkan.
- Swish patern* : Menghilangkan kebiasaan buruk atau menghilangkan suatu kesenangan yang di hubungkan dengan kesengsaraan, misal diet tertentu.
- Reverse Metaphor* : Prinsip bawah sadar punya kemampuan mengirim pesan ke consious dalam bentuk methaphora atau simbol – simbol tertentu yang mewakili tertentu.
- Object imagery* : Seringkali kondisi klien baik masa lalu atau masa depan bisa di transformasikan dalam bentuk objek tertentu.
- Depresi : Gangguan perasaan yang ditandai dengan kemurungan dan kesedihan yang mendalam dan berkelanjutan sehingga hilangnya kegairahan hidup.
- Kecemasan : Gangguan perasaan yang ditandai dengan ketakutan dan kekawatiran yang mendalam dan berkelanjutan, tidak mengalami gangguan dalam menilai kenyataan, perilaku terganggu tetapi masih dalam batas - batas normal.

Stres : Respons tubuh yang sifatnya tidak spesifik terhadap setiap tuntutan beban atas dirinya, dimana yang bersangkutan mengalami beban masalah yang berlebihan.